Памятка для набора из четырёх кованых поющих чаш.

ПОЛЕЗНЫЕ ЭФФЕКТЫ

Звучание этого набора отвлекает от забот, и гармонизирует состояние слушателей. Очищает энерго-информационное пространство, наполняет его чистой природной вибрацией, вашим настроением и благопожеланиями.

Хорошо применять такой набор при спа-процедурах, чайных церемониях, массаже, йоге, медитации и просто для быстрого отдыха и восстановления.

Помогает детям развить творческое мышление, мелкую моторику, память и нормализовать активность.

Звучание кованых поющих чаш помогает укрепить иммунитет. В доме, где звучит набор поющих чаш, меньше болеют взрослые и дети.

Совместное времяпрепровождение с набором поющих чаш укрепляет семью.

При помощи большой чаши можно снимать мышечные и эмоциональные напряжения у ваших домочадцев, клиентов, учеников.

Освойте медитацию с набором, и ваша практика йоги, чайные церемонии, практика гвоздестояния. и прочие телесные и духовные практики существенно обогатятся.

Применяя этот набор, вы можете освоить основныепринципы проведения сеанса контактно-звукового массажа поющими чашами. Так вы подготовитесь к развитию - переходу к работе с полным набором из 7 чаш и применению профессиональных методик.

КАК ПРАВИЛЬНО ИГРАТЬ

Позаботьтесь о спокойной комфортной обстановке без отвлекающих факторов. Добавьте аромат натуральных тибетских благовоний. Это усилит эффект и создаст необходимый настрой. Соблюдайте правила, описанные в инструкции.

Привлеките внимание звуком тиньша (тинсо, караталы) для получения состояния ясности ума и очищения пространства.

Начните неупорядоченное звучание, как бы знакомясь с возможностями звука чаш. Звуки должны быть негромкими, следовать сериями не более 4х, с паузами между сериями. Отдавайте преимущество игре твёрдым стиком. Если у вас есть слушатели, можете давать настройки расслабления и погружения в себя.

Перейдите к проигрыванию повторяющихся схем. В каждой серии звуков - равные интервалы. Схема может состоять из нескольких серий. Каждая схема должна повториться несколько раз. Это соответствует принципам гипнотерапии. В этой части отдайте приоритет более низким, мягким звукам. В построении последовательностей звуков можете добавлять звучание чаши, вызванное вращательной техникой. Научитесь получать на вращении звучание на основной частоте, и на более высокой частоте обертона. В этом вам помогут наши видеоуроки.

Снова поиграйте неупорядоченно, с неожиданными звуками. Затем перейдите к более высоким звукам, добавьте звук тинсо в знак завершения медитации. Озвучьте завершение.

Поблагодарите пространство и чаши.

WhatsApp

Обратитесь по номеру

+7 985 491 6648 (WhatsApp, Telegram) – чтобы **получить доступ к видеокурсу** «Звукорезонансная терапия с поющими чашами Healingbowl» при покупке этого набора **бесплатно.**
Автор и ведущий видео-курса – доктор Суриков В.П.

КАК ПРОВЕСТИ СЕАНС *

* Если нет противопоказаний. Получите консультацию врача.

В положении лёжа на спине. Обозначьте начало сеанса несколькими звуками тиньша. Редкими мягкими ударами малетой в большую чашу сопровождайте голосовые команды расслабления. Затем лёгкими касаниями неторопливо, с равными интервалами вызовите звучание трёх малых чаш, расставленных вокруг головы. Запомните последовательность звучания малых чаш.

Вызовите мягкое звучание большой чаши малетой и проведите над телом спиральным движением. Это называется «поглаживание звуком». Повторите чередование звука малых чаш и «поглаживание» ещё 3- 4 раза.

Поставьте большую чашу на грудь и вызовите негромкий звук стиком. Затем вызовите низкочастотную вибрацию большой чаши на груди вращательной техникой в течение полминуты. Повторите звучание малых чаш. Придерживая край дна чаши левой рукой, перемещайте её в область ключиц, продолжая вращение. Затем выполните вращение в области солнечного сплетения, живота, отдавая предпочтение проблемным зонам (если нет противопоказаний). Каждую смену позиции обозначайте тихим звуком малых чаш. При необходимости можно сделать массаж ног, спины, задействуя также ударную технику.

Ударная техника позволяет провести предварительную проработку поверхности спины, ног, ступней, а также даёт диагностические возможности, как при аускультации, если у вас есть соответствующий опыт. При выполнении ударной техники вы наносите удары (атаки) в край стенки чаши с равной интенсивностью и равными интервалами. При этом вы удерживаете чашу на поверхности тела, прижимая её изнутри пальцами левой руки. Таким же образом вы направляете её перемещения, продолжая наносить атаки. Движение может проводиться, начиная с зоны крестца, далее подъём вдоль позвоночника, затем вниз обратно к крестцу - по левой и по правой стороне. Тот же маршрут повторяется с вращательной техникой.

Эти эксперименты позволят вам подготовиться к изучению техник массажа и медитации по нашим (Healingbowl) видеокурсам и приобретению полного набора из 7 чаш 19- 27 см и низкочастотных профессиональных чаш Healingbowl.

Внимание! Данная инструкция даёт вам, максимум, основание для домашних экспериментов. Ни в коем случае не начинайте оказывать услуги (проводить сеансы), не пройдя обучение очно в центре подготовки специалистов Healinfbowl или по видеокурсам Healingbowl.

Обратитесь по номеру

+977 981-3244998 (только WhatsApp, Telegram) – чтобы получить консультацию профессионала по подбору большого набора (16- 27 см) из 7 кованых поющих чаш для проведения сеансов и медитаций, или низкочастотной поющей чаши для массажа, или другой дополнительной чаши.

WhatsApp